



Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Mińsku Mazowieckim

zaprasza do korzystania z poradnictwa i konsultacji w

Mińskim Centrum Profilaktyki

z siedzibą przy ul. Juliana Tuwima 1 w Mińsku Mazowieckim

(półpiętro budynku Zarządu Gospodarki Komunalnej)

tel. /25/ 758 02 51,52 e-mail: mkrpa@umminskmaz.pl

Centrum czynne poniedziałek i czwartek 8.00-20.00, wtorek-środa 8.00-19.00, piątek 8.00-15.00

Wszystkie osoby zainteresowane zapraszamy na dyżury następujących specjalistów:

- ❖ PSYCHOLOG – MAGDALENA SĘDEK poniedziałek 15.00-19.00 /pok.nr 3/ i wtorek 16.00-18.00 /pok.nr 2/
 - pomoc psychologiczna i zajęcia o charakterze terapeutycznym dla dzieci i młodzieży
 - konsultacje wychowawcze - porady i wskazówki dla rodziców w sytuacji pojawienia się problemów związanych z rozwojem, edukacją, cyberprzemocą i wychowaniem dzieci
 - wsparcie dla dzieci i młodzieży, a także ich rodziców w zakresie rozwiązywania problemów przemocy rówieśniczej
- ❖ PRAWNIK – PAWEŁ BARTCZAK poniedziałek i czwartek 18.00-20.00 /pok. nr 4/
 - edukacja prawno - obywatelska w zakresie praw przysługującym osobom zagrożonym i dotkniętym patologiami społecznymi
 - udzielanie porad prawnych wyjaśniających procedury sądowe oraz sposób sporządzania pism procesowych w sprawach rodzinnych, alimentacyjnych, zdrowotnych, rentowych i innych socjalno - bytowych
- ❖ SPECJALISTA DS. PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE – ELŻBIETA ANDRZEJEWSKA poniedziałek 09.00-14.00 /pok. nr 4/ i czwartek 09.00-14.00 /pok. nr 2/
 - poradnictwo rodzinne w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie obejmującego pomoc i wsparcie dla dorosłych, młodzieży oraz ich rodziców w celu rozwiązania trudności rodzinnych, małżeńskich i wychowawczych
- ❖ PSYCHOLOG, PSYCHOTERAPEUTA – PAWEŁ AMBROZIAK poniedziałek i wtorek 9.30-16.30 /pok. nr 2/
 - wsparcie o charakterze profilaktycznym, terapeutycznym i edukacyjnym dla osób uzależnionych i ich rodzin
 - pomoc psychologiczna dla osób uzależnionych, współuzależnionych i Dorosłych Dzieci Alkoholików
- ❖ PSYCHOTERAPEUTA – AGATA DREWNIAK wtorek i środa 11.00-19.00 /pok. nr 4/
 - udzielanie pomocy dzieciom, młodzieży i dorosłym z różnymi trudnościami natury psychologicznej i emocjonalnej tj. depresja, zachowania autodestrukcyjne, przemoc, zaburzenia zachowania, zaburzenia jedzenia, kryzysy emocjonalne i życiowe, doświadczenia po stracie, traumy
- ❖ PSYCHOLOG, SOCJOTERAPEUTA – KRYSTYNA SAK wtorek 15.00-18.00 /pok. nr 3/
 - udzielanie pomocy psychologicznej osobom uzależnionym, współuzależnionym i zagrożonym uzależnieniami od alkoholu, a także ofiarom przemocy domowej
- ❖ PSYCHOLOG DS. MOTYWOWANIA DO LECZENIA UZALEŻNIEŃ – MONIKA PAMROWSKA środa i czwartek 16.00-19.00 /pok. nr 3/
 - motywowanie do leczenia osób uzależnionych od alkoholu i innych środków psychoaktywnych
 - konsultacje w zakresie obszarów problemowych tj. bliskie związki i relacje interpersonalne (w tym rodzinne i wychowawcze), problemy z samooceną, zaburzenia nastroju, zaburzenia lękowe, praca z nawykami i motywacją
- ❖ SPECJALISTA DS. MEDIACJI RODZINNYCH – EWA MOSTOWSKA piątek 11.00-15.00 /pok. nr 4/
 - poradnictwo pedagogiczne i mediacje rodzinne w zakresie rozwiązywania trudności rodzinnych i wychowawczych
- ❖ SPECJALISTA DS. PRZECIWDZIAŁANIA NARKOMANII – ADAM KANIA poniedziałek 14.00-18.00 /pok. nr 4/ i środa 13.00-17.00 /pok. nr 2/
 - edukacja z zakresu przeciwdziałania narkomanii oraz edukacja i informacje o dopalaczach
 - sposoby rozpoznawania czy dziecko bierze substancje zmieniające świadomość inne niż alkohol
- ❖ PSYCHOLOG – ANGELIKA WALASEK-STEFANOWICZ czwartek 12.00-18.00 /pok. nr 4/
 - pomoc psychologiczna dla dzieci i młodzieży m.in. w zakresie trudności związanych z uczeniem się, motywacją do nauki, koncentracją uwagi, rozpoznawania przyczyn trudności doświadczanych przez dziecko
 - poradnictwo i konsultacje dla osób uzależnionych od środków psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych, a także członków ich rodzin
- ❖ PSYCHOTERAPEUTA – PRZEMYSŁAW KRYSKA czwartek 10.00-15.00 /pok. nr 3/
 - udzielanie pomocy dzieciom, młodzieży i dorosłym z różnymi trudnościami natury psychologicznej i emocjonalnej tj. depresja, zachowania autodestrukcyjne, przemoc, zaburzenia zachowania, zaburzenia lękowe, problemy w relacjach, zaburzenia jedzenia, zaburzenia nastroju, kryzysy emocjonalne i życiowe, doświadczenia po stracie, traumy
- ❖ SPECJALISTA DS. PRZECIWDZIAŁANIA ALKOHOLIZMOWI – ZBIGNIEW PUCELAK piątek 8.30-13.30 /pok. nr 3/
 - motywowanie do leczenia osób uzależnionych od alkoholu i innych środków psychoaktywnych
 - udzielanie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielania pomocy

Ponadto kontynuowane będą w 2020 roku zajęcia w następujących grupach terapeutycznych:

- **Grupa edukacyjno - terapeutyczna poświęcona zapobieganiu nawrotom choroby alkoholowej - dla osób uzależnionych od alkoholu i środków psychoaktywnych**

Terminy spotkań: 01-02.II.2020r., 07-08.III.2020r., 04-05.IV.2020r., 02-03.V.2020r., 06-07.VI.2020r., 04-05.VII.2020r., 01-02.VIII.2020r., 05-06.IX.2020r., 03-04.X.2020r., 07-08.XI.2020r., 05-06.XII.2020r.

SOBOTA 9.00-17.00, NIEDZIELA 9.00-16.00

- **Program edukacyjno - terapeutyczny dla Dorosłych Dzieci Alkoholików**

Terminy spotkań: 01.II.2020r., 07.III.2020r., 04.IV.2020r., 02.V.2020r., 06.VI.2020r., 04.VII.2020r., 01.VIII.2020r., 05.IX.2020r., 03.X.2020r., 07.XI.2020r., 05.XII.2020r.

SOBOTA 9.00-17.00

- **Grupa edukacyjno - terapeutyczna dla osób współuzależnionych**

Terminy spotkań: 02.II.2020r., 08.III.2020r., 05.IV.2020r., 03.V.2020r., 07.VI.2020r., 05.VII.2020r., 02.VIII.2020r., 06.IX.2020r., 04.X.2020r., 08.XI.2020r., 06.XII.2020r.

NIEDZIELA 9.00-16.00

- **Grupa dalszego zdrowienia z elementami treningu konstruktywnych zachowań**

„Mój problem” - dla osób współuzależnionych oraz doświadczających przemocy

Terminy spotkań: 15-16.II.2020r., 21-22.III.2020r., 18-19.IV.2020r., 16-17.V.2020r., 20-21.VI.2020r., 18-19.VII.2020r., 15-16.VIII.2020r., 19-20.IX.2020r., 17-18.X.2020r., 21-22.XI.2020r., 19-20.XII.2020r.

- **Cykl warsztatów umożliwiających zdobywanie praktycznych umiejętności potrzebnych do życia bez alkoholu i narkotyków - dla osób uzależnionych od alkoholu i środków psychoaktywnych**

Terminy spotkań: 15-16.II.2020r., 21-22.III.2020r., 18-19.IV.2020r., 16-17.V.2020r., 20-21.VI.2020r., 18-19.VII.2020r., 15-16.VIII.2020r., 19-20.IX.2020r., 17-18.X.2020r., 21-22.XI.2020r., 19-20.XII.2020r.

SOBOTA 9.00-17.00, NIEDZIELA 9.00-16.00

- **Program korekcyjny dla młodzieży eksperymentującej ze środkami psychoaktywnymi (papierosy, alkohol, narkotyki, dopalacze)**

Terminy spotkań: 29.II-01.III.2020r., 30-31.V.2020r., 29-30.VIII.2020r., 28-29.XI.2020r.

SOBOTA 9.00-17.00, NIEDZIELA 9.00-16.00

Grupy terapeutyczne prowadzi certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień Pani Renata Niedziółka i certyfikowany instruktor terapii uzależnień Pani Danuta Bałkowiec z Całodobowego Oddziału Terapii Uzależnień od Alkoholu w Łukowie.